

し き あいきかい しょうねんぶ あいきどうけいこころえ
志木合気会 少年部 合気道稽古心得

1. 指導者の教えに従って礼儀作法は正しく、規律を守り、和を尊び、明るく
のびのびと稽古に励むこと。
2. 道場に入る時および出る時は、道場の正面に一礼して入退場をすること。
また、指導者、会員同士、来場者に会った時は立ち止まって挨拶をすること。
3. 稽古時間に遅刻しないこと。
稽古開始の時間に遅れたときは、みだりに稽古の中に入らず、後方で正座を
して待機し、指導者の指示を待つこと。
4. 道場内では絶対にふざけないこと。
5. 道場内での私語は稽古の妨げとなるので慎むこと。
6. 道場内はもちろん更衣室内も整理整頓すること。
7. 道着は体にあったもの、ぴったりよりも若干余裕のあるものとし、基本的に
道着の下にアンダーウェアを着用しないこと。ただし女性は半袖に限り、
また風邪気味など理由がある場合は、指導者に申し出ていれば着用を認める。
8. 稽古前には必ず手足の爪を短く切っておくこと。
9. ヘアーゴムはシンプルで飾りの無いものを使用し、金属類やミサンガなど相手に
危険を及ぼすものは、一切身体につけないこと。
10. 稽古の前にトイレへ行っておくこと。
11. 食事は稽古の前後30分以上、時間をおくこと。
12. 見取り稽古（見学）は、指導者に申し出て見学の許可を得てから所定の場所で
正座または備え付けの椅子に座って静かに見学すること。